

# 黑糖椰汁年糕

6吋圓錫紙盤份量



無蛋  
無奶  
無果仁  
無魚  
無麩質 (gluten)



香港過敏協會  
The Hong Kong Allergy Association

成立於2008年，由家長、患過敏人士及醫護專業人員所組成，是一個非牟利慈善團體。我們關心患有濕疹，食物過敏，及其他過敏症人士，在醫療，教育和日常起居上的需要。

協會網站: [allergyhk.org](http://allergyhk.org)

FB網站: [facebook.com/AllergyHK](https://www.facebook.com/AllergyHK)

電話 5687 9433 電子郵件 [contact@allergyhk.org](mailto:contact@allergyhk.org)

我們是一個根據《稅務條例》第88條獲豁免繳稅的慈善機構(IR 91/10057)

## 材料:

糯米粉	160克
澄麵粉	40克
黑片糖 (切碎)	100克 (喜甜者，可加至120克)
水	250 ml/克 (可改鮮椰汁150克+ 水100克)
油	1茶匙

## 小貼士：

1. 不用黑糖，用其他糖（冰糖、黃糖、蔗糖、紅糖、片糖）也可以
2. 蒸年糕的時間，視乎所用的盤子大小深淺而定。為保證一定熟透，就蒸多些時間，安全些。
3. 片糖加進水後煮溶，常有一些粒粒狀，可過篩隔去。

# 做法：

1. 用煲把水煮滾，加片糖煮至完全溶解，加油拌勻（倒進椰汁拌勻），放涼備用。
2. 把糯米粉及澄麵先過篩隔去粉粒，逐少加入涼了的糖水中。一邊加一邊不停拌勻，直至濃稠粉水混為一體，直至完全混合無粉粒。如果想麵糊更幼滑，可再過篩。
3. 倒進預先塗上油的糕盤內，放入鑊中，用大火隔水蒸約45至60分鐘。以筷子刺中心點，如沒黏上粉漿便成。總之，蒸夠時間，就不怕不熟啊。
4. 放涼後，放入雪櫃中冷凍至硬，切片蘸蛋汁，煎軟身及把兩面至金黃色。

Allergy

HK

過敏協會

Allergy Association

